Puasa yang Mensucikan Jiwa

Imam al Ghazaly

Di masa hidup Nabi Saw, ada dua orang perempuan berpuasa lalu mereka sangat menderita karena lapar dan dahaga pada akhir puasa itu, sedemikian sehingga hampir-hampir binasa karenanya. Kemudian mereka mengutus orang yang menghadap Rasulullah Saw untuk memintakan izin bagi keduanya agar di perbolehkan menghentikan puasa mereka. Maka beliau mengirimkan sebuah mangkuk kepada mereka seraya memerintahkan agar kedua-duanya memuntahkan isi perut ke dalam mangkuk itu. Ternyata mereka memuntahkan darah dan daging yang segar, sepenuh mangkuk tersebut, sehingga orang-orang yang menyaksikannya menjadi terheran-heran. Dan Rasulullah Saw lalu bersabda : “Kedua perempuan ini berpuasa terhadap makanan yang dihalalkan Allah tetapi membatalkan puasa dengan Perbuatan yang diharamkan oleh-Nya. Mereka berdua duduk bersantai sambil menggunjingkan orang lain. Maka itulah “daging-daging” mereka yang di pergunjingkan”.

Banyak seorang yang berpuasa tetapi tidak mendapatkan apa-apa, selain lapar dan dahaga, demikian Rasulullah Saw pernah berkata.

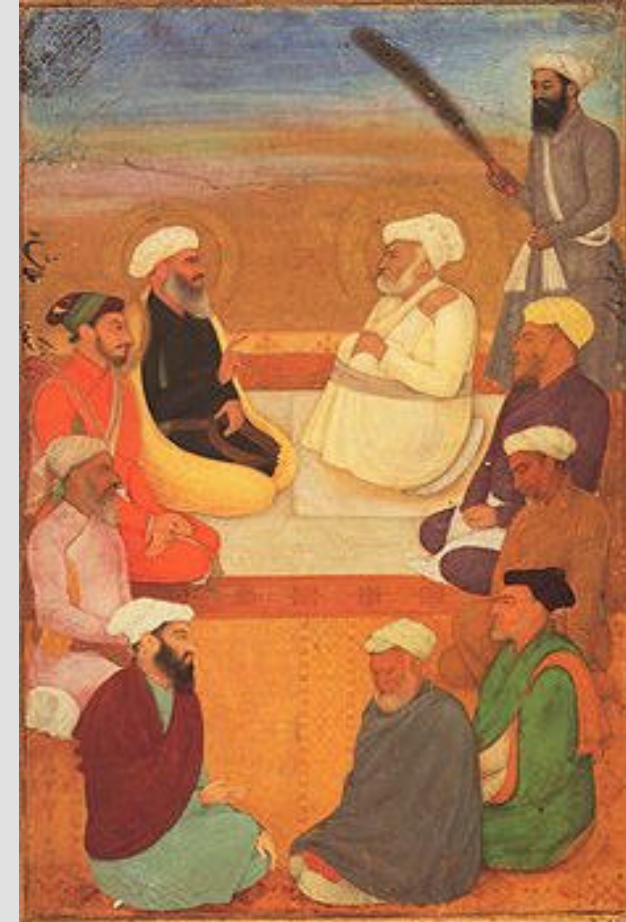
Penyebabnya adalah karena kebanyakan orang hanya menahan dirinya dari hawa nafsu dan syahwat makan dan sexual saja. Padahal selain kedua hal tersebut, sesungguhnya kita diharuskan menjaga mata dan penglihatannya, lidah dan segala ucapannya, telinga dan apa yang didengarnya, serta seluruh anggota tubuh kita dari hal-hal yang diharamkan Allah Ta’ala.

Dan bahkan bukan itu saja, tetapi segala penyakit dalam aspek perasaan, keinginan, dan pikiran yang tidak disukai oleh Allah Ta’ala.

Serambi Suluk

Puasa yang Mensucikan Jiwa

Imam al Ghazaly

MAKASSAR

dengan orang yang mengusap sebagian dari anggota tubuhnya,-dalam wudhu-sebanyak tiga kali. Memangtampaknya ia telah mencukupi bilangan yang di minta darinya. Namun pada hakikatnya ia telah mengabaikan hal yang amat penting, yaitu kewajiban "membasuh" bukannya "mengusap" (seperti yang di lakukan diatas). Maka shalatnya pun tertolak akibat kebodohannya itu.

Demikian pula orang yang berbuka (tidak berpuasa) dengan makan dan minum sementara ia mempuasakan anggota-anggota tubuhnya dari perbuatan dosa, sama seperti orang yang membasuhnya sekali-sekali. Isya Allah, shalatnya akan di terima oleh Allah di sebabkan ia telah mengerjakan inti wudhu walaupuntelah meninggalkan tambahan keutamaannya. Adapun orang yang memgerjakan kedua-duanya (yakni berpuasa dari makan minum dan menahan dirinya dari perbuatan-perbuatan dosa) ibarat orang yang membasuh masing-masing anggota tubuhnya sebanyak tiga kali-tiga kali. Demikian ia telah mengumpulkan antara yang inti dan yang lebih utama. Itulah yang di sebut "Kesempurnaan".

Rasullah saw telah bersabda : *Sesungguhhnya puasa adalah amanat, maka hendaknya masing-masing kamu menjaga amanatnya.* (H.R Al-Khara-ithiy dalam *makarim Al-Khalaq* dari Ibnu Mas'ud)

Pernah Rasulullah saw membaca firman Allah :"*Sesungguhnyalah Allah memerintahkan kkamu menyampaikan semua amanat kepada yang berhak*…" Diriwayatkan bahwa ketika itu beliau menunjuk kepada telinga dan mat seraya berkata :"pendengaran adalah amanat dan penglihatan pun adalah amanat."

Seandainya yang demikian itu tidak termasuk dalam amanat-amanat puasa, niscaya beliau tidak mengajarkan kepada siapa saja yang di ajak bertengkar sementara ia dalam keadaan berpuasa, untuk mengatakan :"aku ini sedang berpuasa. Aku ini sedang berpuasa." (yakni, "Aku telah di beri amanat untuk menjaga lidahku : betapa kini aku akan melepaskannya demi menjawab ajakanmu itu!").

Kini, telah menjadi jelas bahwa setiap ibadat mempunyai segi lahir dan batin, atau kulit dan isi. Kulitnya pun bertingkat-tingkat. Maka terserah Anda kini untuk memuaskan diri dengan kulitnya saja, tanpa isi. Atau menggabungkan diri dengan kalangan orang-orang yang terbuka mata-hatinya, yakni mereka yang di sebut *ulul-albab*.

Puasa yang Mensucikan Jiwa

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang telah melimpahkan sebesar-besar karunia kepada hamba-hamba-Nya. Dengan menjauhkan mereka dari makar dan tipu daya setan yang senantiasa berdaya upaya hendak menjerumuskan mereka kedalam perangkapnya .

Maka dijadikan-Nyalah puasa sebagi benteng kukuh bagi para wali-Nya, juga sebagai anak kunci yang dengannya Ia membuka pintu surga bagi mereka.

Lalu dijelaskan-Nya kepada mereka bahwa syahwat hawa-nafsu yang bersemayam dalam diri mereka, adalah sebaik-baik sarana bagi setan untuk menipu dan memperdaya.

Dan bahwa upaya mengekang nafsu–nafsu itu dapat membuat jiwa-jiwa mereka menjadi tenang dan damai, disamping memiliki kemampuan hebat guna mematahkan kekuatan musuh bebuyutan mereka itu.

Shalawat dan salam bagi Nabi Muhammad, pembimbing manusia dan perantara jalan sunnahnya. Juga untuk keluarga serta para sahabatnya, orang-orang yang tajam pandangannya serta lurus akal budinya.

Amma ba'du; Shaum (Puasa) adalah ''Seperempat iman'' seperti yang dapat di simpulkan dari sabda Nabi Saw.: *Puasa adalah separuh dari sabar*.(H.R. Tirmidzi dan Ibnu Majah) Sedang beliau pernah bersabda pula : *Sabar adalah separuh dari Iman*. (H.R. Abu Nu'aim dalam Al-Hilyah, dan Al-khatib dalam Tarikh-nya dari Ibnu Mas'ud dengan sanad "hasan".)

Selain dari itu, puasa memiliki keistimewaan diantara rukun-rukun islam lainnya, disebabkan kekhususan penisbatannya kepada Zat Allah SWT. Sebagaimana tersebut dalam sebuah hadits qudsi : *Setiap perbuatan kebaikan memperoleh pahala sepuluh kali lipat sampai tujjhh ratus kali, kecuali puasa : ia adalah milik-Ku, dan Aku-lah yang menentukan besar pahalanya.* (H.R. Bukhari dan Muslim dari Abi hurairah)

Juga Allah SWT telah berfirman : Sungguh pahala yang diberikan kepada orang-orang yang sabar, sedemikian banyaknya sehingga tak tercakup dalam bilangan. (QS Az-Zumar: 10)

Karena puasa adalah separuh dari sabar, maka pahalanya pun melampaui peraturan batas dan hitungan. Cukup kiranya, untuk mengetahui tentang keutamaannya, Nabi Saw bersabda : *Demi Allah yang diriku berada ditangan-Nya, bau mulut seorang yang sedang berpuasa lebih harum disisi Allah daripada harumnya misik.*

Allah telah berfirman mengenai orang yang berpuasa : "Ia meninggalkan syahwatnya, makanannya dan minumnya demi Aku. Maka puasa adalah milik-Ku, dan Aku sendiri yang akan memberinya pahala." (H.R. Bukhari dan Muslim dari Abu Hurairah)

Nabi Saw juga pernah bersabda : *Surga mempunyai pintu yang dinamakan Rayyan, tidak akan memasukinya kecuali orang-orang yang berpuasa* (H.R. Bukhari dan Muslimdari Sahl bin Sa'ad)

Selain itu, bagi seorang yang berpuasa dijanjikan kepadanya kegembiraan perjumpaan dengan Allah SWT sebagai pahala puasanya, sebagaimana dalam sabda Nabi Saw: *Seorang yang berpuasa akan merasakan dua kegembiraan : sekali pada saat berbuka, dan sekali lagi pada saat berjumpa dengan Tuhannya, kelak.* (H.R. Bukhari dan Muslim dari Abu Hurairah)

Sabda Beliau pula : *Segala sesuatu mempunyai pintu, dan pintu ibadat ialah puasa.*(H.R. Ibn Al-Mubarak dalam Az-zuhud)

Dan sabdanya pula : *Tidurnya seorang yang berpuasa adalah ibadah.* (H.R. Ibnu Mandah dalam Al-Amaliy, dengan sanad lemah)

Abu Hurairah merawikan bahwa Nabi Saw pernah bersabda : *Apabila bulan Ramadhan tiba, pintu-pintu surga dibuka dan pntu-pintu neraka ditutup. Setan-setan dbelenggu. Maka berserulah seorang penyeru : "Hai siapa ang menginginkan kebaikan datanglah! Dan siapa ingin (melakukan) kejahatan, cegalah dirimu!* (H.R. Tirmidzi, Ibnu majah dan Al-Hakim yang mensahkannya sesuai dengan persyaratan Bukhari dan Muslim)

Dalam menafsirkan firman Allah : "*…makan dan minumlah dengan sedap disebabkan amal kamu pada hari-hari yang lalu …*", Waqi berkata, "Itulah hari-hari puasa, ketika mereka meninggalkan makan dan minum didalamnya."

Demikian pula Rasulullah Saw pernah menyamakan antara derajat puasa dan zuhud. Yaitu ketika melukiskan betapa Allah membanggakan kedua pelakunya dihadapan malaikat. Adapun teentang orang-orang yang berzuhud terhadap kesenangan duniawi beli au bersabda : *Sungguh, Allah SWT membanggakan si pemuda yang senantiasa beribadat, dihadapan para malaikat, seraya berfirman : "Wahai anak mudayang meninggalkan syahwatnya demi keridhaan-Ku, engkau disisi-Ku seperti bagian malaikat-Ku."*

Sedangkan tentang orang yang berpuasa, Rasulullah Saw pernah bersabda dalam sebuah hadis qudsi : *Allah SWT berkata (kepada para malaikat) : "Lihatlah wahai malaikat-Ku, kepada hamba-Ku: ia meninggalkan syahwatnya, kesenangannya, makanannya dan minumnya semata-mata karena Aku!"* (H.R.Ibnu 'Adiy dari Ibnu Mas'ud dengan sanad lemah)

Sebagian orang berkata bahwa firman Allah : …"*Tiada seorang pun mengetahui apa yang disembunyikan untuk mereka dari berbagai macam kenikmatan yang memuaskan mata, sebagai balasan terhadap apa yang mereka kerjakan …*" (QS 32:17) yang dimaksud dengan "telah mereka kerjakan " ialah puasa. Hal ini mengingat firman Allah lainnya : "*…Sungguh tiada lain bagi orang-orang yang bersabar kecuali akan dicukupkan bagi mereka*

mereka ini memahami bahwa tujuan puasa ialah bertindak dan bersikap dengan dan sesuai dengan akhlak Allah dan sifat-sifat-Nya. Juga berusaha sekuatnya menyamai sifat para malaikat dalam hal menahan diri dari segala syahwat hawa nafsu. Sebab, para malaikat adalah mahluk mahluk yang di jauhkan dari segala macam syahwat dan kecenderungan hawa nafsu. Adapun tingkatan manusia adalah di atas tingkatan hewan. Hal ini mengingat kemampuannya untuk mematahkan hawa nafsu, dengan cahaya akalnya. Tetapi bersaman dengan itu ia berada di bawah tingkatan malaikat, di sebabkan kekuasaan hawa nafsu yang ada pada dirinya. Hal itu merupakan ujian bagi dirinya mengingat bahwa ia senantiasa harus melawannya. Maka setiap kali ia membenamkan diri dalam pemuasan hawa nafsunya, ia meluncur ketingkatan paling bawah sehingga berada di tengah-tengah alam binatang. Sebaliknya, setiap kali ia dapat menekan dan mengalahkan hawa nafsunya, ia terbang ke tingkatan yang paling atas sehingga bergabung dengan para malaikat. Sedangkan para malaikat adalah mahluk yang di dekatkan kepada Allah SWT. Maka siapa saja yang meneladan mereka dan berusaha menyerupai ahlak mereka, ia akan mendekat kepada Allah juga seperti halnya para malaikat. Dan siapa saja yang mirip dengan orang yang mendekat kepada Allah adalah dekat juga. Namun yang di mmaksud kedekatan disini, bukanlah dekat dalam tempat dan ruang, tetapi dekat dalam sifat-sifat.

Nah jika yang demikian itu merupakan rahasia (hikmah) puasa dalam pandangan orang-orang berakal sehat dan menggunakan mata-hatinya, faedah apakah yang akan di peroleh dari perbuatan menangguhkan makan siang hari untuk kemudian di gantikan bahkan di tambahkan pada makanan malam hari? Terlebihh lagi bila di sertai pelampiasan hawa nafsu sepanjang hari?

Seandainya hal seperti itu di anggap berfaedah, apa artinya sabda Nabi saw :

Betapa banyak orang-orang berpuasa namun tidak memperoleh sesuatu dari puasa itu selai lapar dan haus.

Karena itulah Abu Darda ra berkata : "Alangkah agungnya makan dan tidur orang-orang yang piawai."

Bagaiman orang-orang berakal tidak mengecam puasa yang di lakukan oleh orang-orang bodoh serta bangun-malam mereka, sefnagkan sekilas tidurnya orang-orang yang kuat keyakinan dan ketakwaannya, jauh lebih utama dari ibadat orang-orang yyang terkelabui oleh dirinya sendiri, walaupun ibadat mereka itu sebesar gunung. Karene itu pulalah sebagian ulama berkata :"Betapa banyak orang berpuasa padahal ia berbuka (tidak berpuasa)dan betapa banyak orang yang berbuka padahal berpuasa." Yang di maksud orang berbuka tapi berpuasa ialah yang menjaga anggota tubuhnya dari perbuatan dosa sementara ia tetap makan dan minum. Sedangkan yang di maksud berpuasa tetapi berbuka ialah yang melaparkan perutnya sementara ia melepaskan kendali bagi anggota tubuhnya yang lain.

Maka barang siapa telah memahami makna dan rahasia puasa, pasti mengerti bahwa orang yang "berpuasa" (menahan diri dari makaan dan minum) sementaraa ia "berbuka" dengan mengerjakan perbuatan-perbuatan dosa, maka ia sama saja

Bahkan pengosongan perut pun tidak akan cukup untuk menyibak tirai penutup itu, jika himmahnya tidak dikosongkan sama sekali dari apapun selain Allah SWT. Itulah asas segala-galanya. Dan hal itu harus dimulai dengan mengurangi makanan.

Keenam, hendaknya hatinya-setelah selesai berbuka- senantiasa terpaut dan terombang-ambing antara harap dan cemas. Sebab, ia tidak tahu apakah puasanya di terima sehingga ia termasuk golongan muqarrabin (orang yang di dekatkan kepada Allah)? Ataukah di tolak sehingga masuk golongan mamqutin (orang yang di benci oleh-Nya)? Perasaan seperti itulah yang seyogianya menyertai dirinya setiap saat selesai melakukan ibadat. Telah di riwayatkan bahawa Hasan Al Bashri melihat (di bulan Ramadhan) sekelompok orang sedang tertawa terbahak-bahak. Ia berkata kepada mereka :"Sesungguhnya Allah SWT menjadikan bulan Ramadhan sebagai arena bagi hamba-hamba-Nya untuk berlomba-lomba berbakti kepada-Nya. Maka sebagian orang yang berjaya karena berhasil keluar sebagai pemenang, dan sebagiannya lagi kecewa karena tertinggal di belakang. Karena itu, sungguh amat mengherankan, masih ada orang yang tertawa dan bermain-main pada hari kejayaaan orang-orang yang menang, dan kekecewaan orang-orang yang bertindak sia-sia! Demi Allah, seandainya tirai penutup yamng gaib tersibak, niscaya setiap orang yang telah berbuat kebajikan akan sibuk dengan hasil kebajikannya, dan yang telah berbuat kejahatan akan sibuk dengan hasil kejahatannya!" (Yakni kegembiraan orang yang di terima amalannya akan menyibukkannnya dari bermain-main dan kekecewaan orang yang tertolak amalnya akan menghalanginya dari tertawa).

Pernah ada seorang yang berkata kepada Ahnaf bin Qais : "Anda seorang yang telah lanjut usia. Sedangkan puasa akan melemahkan fisik Anda!" Jawab Ahnaf : "Memang aku menjadikannya sebagai bekal untuk suatun perjalanan amat jauh. Sabar dalam melaksanaakan kebaktian kepada Allah lebih ringan daripada sabar menderita azab-Nya."

Itulah makna-makna batiniah puasa.

Mungkin Anda akan bertanya :"Para fuqaha' (ahli fiqih) telah menyatakan bahwa orang yang berpuasa dan menahan diri dari nafsu makan dan seks, puasanya itu sah adanya, walaupun ia meninggalkan makna-makna batiniah seperti tersebut di atas. Bagaimana ini?"

Jawabnya ialah, bahwa kaum fuqaha' yang hanya memperhatikan hal-hal lahriah saja, memang telah menetapkan persyaratan-persyaratan lahiriah bagi sahnya puasa. Namun dali-dalil yang mereka kemukakan adalaah lebih lemah daripada syarat-syarat batiniah seperti tersebut di atas. Terutama soal-soal ghibah (pergunjingan) dan sebagainya. Hal ini di sebabkan para fuqaha itu tidak menetapkan dari kewajiban-kewajiban ini kecuali yang mampu di kerjakan semua orang, termasuk mereka yang lalai dan sangat tertarik pada kehidupan dunia. Sedangkan para ulama yang mengutamakan kehidupan akhirat, menganggap bahwa keabsahan suatu pekerjaan tidak dapat di pisahkan dari kemungkinan diterimanya (oleh Allah SWT). Hanya dengan di terimanya sessuatui oleh-Nya sajalaah kita kan mencapai tujuan. Dan

pahala tanpa batas …" (QS 39:10)

Maka pahala bagi orang yang berpuasa akan dilimpahkan sebanyak-banyaknya dan tanpa batas sehinga tak mungkin tercakup dalam hitungan. Dan memang yang demikian itu cukup pantas bagi orang yang berpuasa, mengingat bahwa ibadah puasa telah memperoleh pahala tak terhingga dengan dinisbatkannya kepada *Zat* Allah SWT (seperti tersebut dalam hadis qudsi sebelum ini). Meskipun dapat dikatakan pula bahwa hakikatnya semua ibadat lainnya adalah milik Allah juga, namun hal ini sama seperti Allah SWT telah memuliakan Ka'bah dengan menyebutnya sebagai "rumah-Nya", walau bumi seluruhnya, pada hakikatnya, adalah milik-Nya juga.

Adapun mengenai kemuliaan puasa, dapat disebutkan disini dua makna yang menyebabkannya memperoleh sebutan yang demikian :

Pertama, bahwa pelaksanaan puasa terdiri atas upaya mencegah diri dari sesuatu atau meninggalkan sesuatu. Yang demikian itu mengandung rahasia tersendiri, mengingat tiadanya suatu amalan konkret padanya yang dapat dilihat oleh orang lain. Sedangkan semua amalan ketaatan kepada Allah, selain puasa, mengandung kemungkinan untuk dapat disaksikan oleh orang banyak. Puasa tidak ada yang dapat melihatnya kecuali Allah *Azza wa Jalla*. Sebab, ia adalah amalan dalam batin seseorang, dilaksanakan hanya dengan kesabaran semata-mata.

Kedua, puasa adalah amalan yang menghinakan setan, musuh Allah, dengan cara paksa. Hal ini mengingat bahwa sarana setan terkutuk untuk mengelabui manusia ialah pelbagai syahwat dan hawa nafsu. Sedangkan hawa nafsu akan menjadi kuat dengan makan dan minum. Karena itu Rasulullah Saw bersabda : *Sesungguhnya setan itu mengalir dalam diri manusia seperti mengalirnya darah, maka persempitlah saluran-saluran baginya dengan lapar*. (H.R. Al-Bukhari dan Muslim dari Syafiyyah).

Demikianlah, mengingat puasa adalah perbuatan yang -secara khusus-mengandung penghinan dengan paksa terhadap setan, dan juga sebagai upaya penyumbat terhadap salurannya atau mempersempit tempat mengalirnya, maka puasa adalah sepatutnya memperoleh kemuliaan penisbatan kepada Zat Allah SWT. Dalam upaya menghinakan musuh Allah itu terdapat pula pembelaan untuk Allah SWT. Sedangkan siapa yang membela-Nya pasti akan memperoleh pembelaan dari-Nya sebagai balasan. Firman-Nya tentang hal ini : *Hai orang-orang yang beriman, jika kamu membela (agama) Allah, niscaya Dia akan membelamu (memberikan kemenangan untukmu)dan meneguhkan kedudukanmu*. (QS 47:7)

Memang pada mulanya adalah usaha sungguh-sungguh dari si hamba, kemudian akan datang kepadanya hidayah dari Allah sebagai balasannya. Itulah sebabnya Allah SWT berfirman : … *Dan orang-orang yang berusaha sungguh-sungguh (berjihad) dalam Kami, akan Kami tunjukan kepada mereka jalan-jalan Kami* (QS 29: 69)

Demikian pula firman-Nya : *Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah apa-apa*

pada suatu kaum sampai mereka mengubah apa-apa pada nafs-nafs mereka. (QS 13:11)

Yang dimaksud dengan "mengubah" ialah mengubah kecenderungan syahwat dan hawa nafsu yang tempat bermain setan-setan. Selama tempat-tempat itu subur, mereka akan selalu mengunjunginya. Dan selama setan-setan masih selalu berkunjung, tak akan mungkin tersingkap keagungan Allah bagi seorang manusia. Dengan kata lain, ia akan terhijab dari perjumpaan dengan Allah SWT. Sabda Rasulullah Saw : *Sekiranya bukan karena setan-setan yang selalu mengitari hati manusia niscaya manusia akan mampu memandangi kerajaan langit* (H.R. Ahmad dari Abu Hurairah)

Dari segi inilah, puasa dimisalkan sebagai pintu ibadah dan juga sebagai pagar penjaga keamanan hati manusia.

Maka karena demikian tinggi keutamaan puasa, sudah sepatutnyalah dijelaskan tentang persyaratan-persyaratan yang bersifat lahiriah maupun batiniah. Yaitu dengan menyebutkan rukun-rukunnya, sunah-sunahnya, serta syarat-syarat batiniahnya.

֍

saja. Jangan terlalu kenyang sehingga perutnya penuh dengan makanan (walaupun dari yang halal). Hendaknya diingat *bahwa "tak ada wadah yang di benci Allah daripada perut yang penuh dengan makanan"*.

Betapa mungkin seorang dapat mengambil manfaat puasa yang berupa penghinaan tehadap setan, musuh Allah, atau penekanan syahwat dan hawa nafsu, kalau orang yang berpuasa itu segera menggantinya -pada saat berbuka- dengan semua yang tidak dapat di perolehnya di siang hari?! Atau adakalanya menambah-nambah berbagai jenis makanan seperti yang menjadi kebiasaan di kalangan masyarakat. Yaitu dengan menyimpang berbagai macam makanan untuk di makan pada bulan Ramadhan sejumlah yang jauh lebih besar di bandingkan dengan bulan-bulan lainnya!

Tentunya telah diketahui bahwa tujuan puasa adalah mengosongkan perut dan mematahkan hawa nafsu agar jiwa menjadi kuat untuk peningkatan ketakwaannya. Maka jika alat pencernaan seseorang dikosongkan sepanjang hari sampai malam sehingga selera makannya bergejolak dan keinginannya makin kuat, kemudian diberi makan dari segala yang lezat-lezat sekenyang-kenyangnya, sudah barang tentu kesenangannya bertambah dan kekuatannya menjadi berlipat ganda. Bahkan berbagai syahwat dan hawa nafsunya yang tadi masih terpendam, kini akan muncul dengan berbagai kerakusannya.

Jelaslah bahwa ruh puasa dan rahasianya (atau hikmahnya) yang tersembunyi ialah sebagai upaya memperlemah kekuatan-kekuatan fisik yang merupakan sarana-sarana setan dalam mengulangi kembali perbuatan-perbuatan dosa. Oleh sebab itu tidak akan tercapai ruh puasa kecuali dengan mengurangi kadar makanan yang dimakan. Yakni mecukupkan diri dengan sekedar makan malam yang biasanya ia makan pada hari-hari ketika ia tidak berpuasa. Adapun jika ia menambah makanan yang biasanya ia makan di siang hari dengan makanan malamnya, maka puasanya itu tidak akan bermanfaat baginya.

Lebih dari itu, diantara pelbagai adab puasa ialah hendaknya orang yang berpuasa tidak memperbanyak tidurnya di siang hari, agar ia benar-benar merasakan lapar dan haus serta makin melemahnya kekuatan tubuh. Dengan demikian, jiwanya pun akan menjadi jernih. Dan ia hendaknya tetap menjaga tetap berlanjutnya sebagian dari kelemahan itu hingga malam hari, agar terasa ringan baginya untuk bertahajjjud dan tetap membaca wirid-wirid yang telah ia tetapkan atas dirinya sendiri. Dengan begitu dapatlah diharapkan semoga setan tidak berani mendekati jiwanya, sehingga ia akan berhasil memandang kepada keajaiban kerajaan langit, terutama pada malam *lailatul –qadar.*

Lailatul-qadar ialah malam yang ketika itu akan tersingkap sebagian kebesaran 'alam malakut (alam atas). Yaitu yang di maksud firman Allah : *Sesungguhnya Kami telah menurunkan (Al Quran) pada lailatul-qadar.* (QS 89:1).

Dan barangsiapa yang menjadikan ruang antara hati dan dadanya sebagai gudang penyimpan makanan, maka akan tertutuplah ia dari pemandangan itu.

itu adalah orang-orang yang suka mendengar berita bohong dan banyak memakan yang haram….(QS 5:42)

Dan firman Allah pula : *Mengapakah orang-orang alim mereka serta pemimpin-pemimpin agama mereka tidak melarang mereka mengucapkan perkataan bohong dan memakan yang haram*? (QS 5:63)

Demikian pula sikap membiarkan pergunjingan dan tidak melarangnya, termasuk hal yang haram, seperti dalam firman Allah : …*Dan Allah telah menurunkan kepada kamu di dalam Al Quran, bahwa apabila kamu mendengar ayat-ayat Allah di ingkari dan di perolok-olokan, maka janganlah kamu duduk bersama mereka, sampai mereka memasuki pembicaraan yang lain. Karena (jika tetap bersama mereka) kamu adalah bersama mereka*…(QS 4:140)

Rasulullah Saw pernah bersabda pula : *Orang –orang yang menggunjing dan mendengarkan gunjing adalah serupa dalam dosa* (H.R.Ath-Thabraniy dengan beberapa perbedaan kata-kata)

Keempat, mencegah semua anggota tubuh lainnya dari perbuatan haram. Yakni tangan dan kaki dicegah dari melakukan atau menunjuk kepada segala yang haram. Demikian juga menjaga perut agar tidak di masuki makanan yang subhat (meragukan) terutama pada waktu berbuka. Sebab tidak ada artinya seseorang berpuasa, menahan diri dari makanan yang halal, sedangkan pada saat berbuka dari puasanya itu, ia memakan yang haram. Orang seperti ini dapat diibaratkan orang yang membangun istana sementara ia menghancurkan sebuah kota. Dan, pada hakekatnya., makanan yang halal pun dapat membawa mudarat karena banyaknya kadar yang dimakan, walaupun bukan karena jenisnya. Maka puasa dimaksudkan guna mengurangi kadarnya. Sama halnya seperti seorang yang tidak mau memperbanyak makan obat karena takut akan bahayanya. Jika orang tersebut menggantikan makan racun (walau sedikit) maka ia adalah seorang yang tidak sempurna akalnya. Adapun makanan yang haram adalah racun yang membinasakan agama sementara yang halal adalah obat yang bermanfaat apabila digunakan sekadarnya, namun akan bermudarat apabila dimakan terlalu banyak. Maka puasa dimaksudkan guna mengurangi kadar yang dimakan itu.

Dan telah di riwayatkan bahwa Rasulullah saw pernah bersabda : *Betapa banyak orang yang berpuasa sedang ia tidak mendapat sesuatu dari puasanya itu selain lapar dan dahaga.* (H.R An Nasai dan Ibnu Majah dari Abu Hurairah)

Ada orang yang menafsirkan sabda Beliau tersebut berkaitan dengan orang yang berbuka dengan makanan yang haram. Ada pula yang berpendapat bahwa yang di maksud oleh beliau adalah orang yang berpuasa (menahan diri) dari makanan yang halal namun ia pada hakikatnya telah berbuka dengan "memakan daging orang lain", yakni dengan bergunjing. Ada pula yang berpendapat bahwa yang di maksud dengan itu adalah orang yang tidak mencegah dirinya dari perbuatan-perbuatan dosa.

Kelima, mencakup diri, ketika berbuka, dengan makanan halal sekadarnya

Puasa Lahiriah

Kewajiban-Kewajiban dalam Puasa

Pertam a : memperhatikan permulaan bulan Ramadhan.

Caranya adalah dengan memperhatikan bulan sabit (*hilal*) awal Ramadhan. Jika hal itu terhalangi oleh awan, hendaknya menetapkan bulan tersebut dengan menyempurnakan bulan sya'ban menjadi tiga puluh hari.

Adapun yang kami maksud dengan "melihat bulan" ialah "mengetahuinya". Hal itu dapat terlaksana dengan adanya kesaksian orang yang adil (yakni orang yang dapat dipercaya) walaupun hanya seorang saja. Tidak seperti halnya dengan kebiasaan terbitnya bulan syawal, yang untuk itu diperlukan sedikitnya dua orang saksi yang adil. Hal itu berdasarkan sikap *ihtiyath* (sikap hati-hati) berkaitan dengan ibadat.

Dan barangsiapa mendengar dari seorang adil yang ia percayai atau yang menurut dugaan yang kuat memang dapat di percaya, maka wajib atasnya berpuasa walaupun belum ada ketetapan dari seorang *Qadhi* (hakim) yang resmi. Sebab setiap orang hendaknya mengikuti dugaan hatinya yang kuat atau bisikan nuraninya sendiri dalam hal-hal yang berkaitan dengan ibadat.

Dan apabila hilal Ramadhan terlihat disuatu kota, tetapi tidak di tempat lain yang jaraknya kurang dari dua *marhalah*, wajiblah puasa atas mereka semua. Tetapi kota-kota lainnya yang berjarak lebih dari dua marhalah, menetapkan sendiri tentang awal bulan Ramadhan atau Syawal.

Kedua; niat puasa.

Setiap malam memerlukan niat khusus yang pasti sejak malam harinya (yakni sudah ada niat di hati untuk berpuasa, sebelum fajar menyingsing). Maka seandainya ia meniatkan berpuasa selama sebulan penuh sekaligus, hal itu tidak memadai. Demikian pula jika ia meniatkannya pada siang hari (yakni setelah fajar). Kecuali untuk puasa sunnah, dibolehkan meniatkannya pada siang hari (yakni sebelum waktu zuhur dan selama ia belum melakukan sesuatu yang membatalkan puasa).

Adapun yang dimaksud dengan "niat khusus" ialah niat untuk berpuasa di bulan Ramadhan. Maka seandainya ia meniatkan puasa (sembarang puasa) atau puasa fardlu (tanpa menyebutkan Ramadhan) maka niatnya itu tidak sah. Jadi harus meniatkannya sebagai "puasa fardlu bulan Ramadhan''

Adapun yang dimaksud dengan "niat yang pasti " ialah bahwa puasanya itu di bulan Ramadhan secara pasti. Maka seandainya ia – pada malam yang masih diragukan, dari Ramadhan atau bukan- meniatkan akan "puasa besok jika besok memang ternyata bulan Ramadhan", maka niat seperti itu tidak syah, sebab tidak mengandung kepastian. Kecuali apabila niatnya seperti itu berdasarkan adanya

ucapan serta kesaksian seorang adil bahwa ia telah melihat bulan, namun kita sendiri masih belum yakin mengingat adanya kemungkinan kekeliruan atau kebohongan dari saksi tersebut. Adanya kebimbangan seperti ini tidak mengurangi "kepastian" niatnya itu. Demikian pula jika niatnya itu berdasarkan ijtihatnya sendiri. Misalnya seorang yang sedang berada di penjara jika telah kuat dugaannya (berdasarkan ijtihadnya sendiri) bahwa besok adalah bulan Ramadhan, maka- walaupun masih ada keraguan dalam niatnya itu- hal itu tidak membatalkannya.

Lain halnya jika ia diliputi keraguan pada suatu malam yang ada kemungkinan merupakan malam terakhir Sya'ban atau malam pertama Ramadhan maka niat yang di ucapkannya dengan lisan tidak ada keraguan selama hatinya masih diliputi keraguan. Sebab niat itu tempatnya di dalam hati, dan tidak mungkin di gambarkan adanya kepastian niat, sementara keraguan masih bersemayam di dalam hati.

Tentang tidak bergunanya ucapan lisan yang berlawanan dengan keyakinan hati, berlaku juga terhadap seorang yang di tengah-tengah bulan Ramadhan, misalnya, berkata "Besok saya akan puasa jikalau besok itu termasuk Ramadhan". Ucapannya itu tidak mengganggu niatnya, sebab hal itu hanyalah pengulangan kata-kata saja sementara hatinya (tempat niatnya) tidak meragukannya. Bahkan ia yakin-seyakin-yakinnya- bahwa besok adalah benar-benar bulan Ramadhan.

Dan barang siapa telah meniatkan puasa di malam hari kemudian ia makan sesuatu (sebelum fajar) maka niatnya itu tetap sah. Begitu pula wanita yang berniat puasa pada saat ia belum suci dari haid, kemudian haidnya itu berhenti sebelum fajar, maka puasanya itu sah adanya.

Ketiga: menahan diri dari memasukan sesuatu kedalam perut, secara sengaja dan dalam keadaan ingat akan puasanya. Maka puasanya itu menjadi batal dengan masuknya makanan dan minuman atau obat-obatan yang biasa ataupun yang di masukkan lewat dubur atau hidung. Akan tetapi tidak batal puasanya jika melakukan pengobatan dengan cara berbekam, bercelak, memasukkan sebatang besi halus dan sebagainya ke dalam telinga atau penis asal tidak terlalu dalam. Tidak batal puasa dengan masuknya debu atau binatang kecil kedalam perut, tanpa di sengaja. Demikian pula masuknya sedikit air karena berkumur, kecuali kalau ia berkumur terlalu dalam secara berlebihan. Sebab dalam hal ini ia dianggap melakukan kelalaian sedemikian sehingga dapat disamakan dengan seseorang yang melakukannya dengan sengaja.

Adapun yang kami maksud dengan "dalam keadaan ingat akan puasanya" dalam definisi di atas, ialah untuk membedakan dengan orang yang lupa. Sebab bagi orang yang makan atau minum dalam keadaan lupa akan puasanya, maka puasanya itu tetap sah dan tidak batal karenanya.

Selain itu seorang yang dengan sengaja makan pada awal siang hari (dini hari) atau akhirnya (sore hari) kemudian terbukti dengan pasti bahwa waktu itu masih termasuk waktu puasa, maka wajib atasnya meng-*qadha* (mengganti) puasanya. Akan tetapi jika terbukti bahwa keadaannya adalah sesuai dengan dugaanya serta ijtihadnya (yakni sebelum fajar atau sesudah magrib) maka tidak ada *qadha* atas dirinya.

menyibukkan hati dan membuat nya lalai akan ingat kepada Allah SWT. Sabda Rasulullah Saw : *Sekilas pandangan mata adakalanya merupakan sebuah anak panah yang berbisa di antara panah-panah Iblis yang terkutuk. Maka barang siapa menahan dirinya dari pandanmgan seperti itu, karena rasa takutnya kepada Allah, maka Allah SWT akan melimpahkan kepadanya keimanan yang terasa amat manis dalam hatinya.* (H.R. Al-Hakim yang mensahihkan riwayatnya dari Hudzaifah)

Jabir ra meriwayatkan dari Anas ra bahwa Rasulullah saw pernah bersabda : *Lima perkara dapat membatalkan puasa seseorang :Ucapan bohong, ghibah (bergunjing), fitnah, sumpah palsu dan pandangan yang bernafsu (memandang dengan syahwat).*(H.R. Al-Adziy).

Kedua, menjaga lidah dari ucapan yang sia-sia, dusta, gunjingan fitnahan, caci-maki, menyinggung perasaan orang lain, menimbulkan pertengkaran dan melakukan pertengkaran berlarut-larut. Sebagai gantinya hendaknya ia memaksakan lidahnya agar diam serta menyibukkannya dengan zikir kepada Allah dan tilawat-Al Quran. Demikian itulah puasanya lidah.

Bisyr bin Harits meriwayatkan ucapan Sofyan : "Gunjingan merusak puasa". Demikian pula Laits meriwayatkan dari Mujahid : "Dua hal merusak puasa : gunjingan dan dusta". Sabda Rasulullah Saw : *Sesungguhnya puasa adalah tabir penghalang (dari perbuatan dosa). Maka apabila seorang dari kamu sedang berpuasa, janganlah ia mengucapkan sesuatu yang keji dan janganlah ia berbuat jahil. Dan seandainya ada orang lain yang mengajaknya berkelahi ataupun menunjukan cercaan kepadanya, hendaknya ia berkata "Aku sedang berpuasa. Aku sedang berpuasa."* (H.R.Bukhari dan Muslim dari Abu Hurairah)

Pernah pula diriwayatkan bahwa -di masa hidup Nabi Saw- ada dua orang perempuan berpuasa lalu mereka sangat menderita karena lapar dan dahaga pada akhir puasa itu, sedemikian sehingga hampir-hampir binasa karenanya. Kemudian mereka mengutus orang yang menghadap Rasulullah Saw untuk memintakan izin bagi keduanya agar di perbolehkan menghentikan puasa mereka. Maka beliau mengirimkan sebuah mangkuk kepada mereka seraya memerintahkan agar kedua-duanya memuntahkan isi perut ke dalam mangkuk itu. Ternyata mereka memuntahkan darah dan daging yang segar, sepenuh mangkuk tersebut, sehingga orang-orang yang menyaksikannya menjadi terheran-heran. Dan Rasulullah Saw lalu bersabda : "Kedua perempuan ini berpuasa terhadap makanan yang dihalalkan Allah tetapi membatalkan puasa dengan Perbuatan yang diharamkan oleh-Nya. Mereka berdua duduk bersantai sambil menggunjingkan orang lain. Maka itulah "daging-daging" mereka yang di pergunjingkan". (H.R. Ahmad dari Ubaid (*maula* Rasulullah saw). Diantara sanadnya terdapat seorang yang tak di kenal (*majhul*)).

Ketiga, menahan pendengaran dari mendengarkan segala sesuatu yang dibenci oleh agama. Sebab segala sesuatu yang haram diucapkan haram pula didengarkan. Karena itu pula Allah SWT menyamakan antara orang yang sengaja mendengarkan sesuatu yang diharamkan dan orang yang sengaja mendengarkan sesuatu yang diharamkan dan orang yang memakan harta haram, seperti dalam firman-Nya : *Mereka*

Puasa Bathiniah

Peringkat-Peringkat Puasa

Ketahuilah bahwa ada tiga peringkat puasa. Yakni puasa yang umum, puasa yang khusus dan puasa yang terkhusus dari yang khusus.

Puasa yang umum adalah menahan diri dari nafsu makan, minum dan nafsu seksual, seperti telah di jelaskan sebelum ini.

Adapun puasa khusus adalah, disamping hal-hal diatas, menahan pendengaran, penglihatan, lidah, tangan, kaki serta seluruh anggota badan dari melakukan sesuatu yang dapat mendatangkan dosa.

Sedangkan puasa yang terkhusus diantara yang khusus, disamping hal-hal yang tersebut di atas, ialah puasanya hati dari niatan-niatan yang rendah dan pikiran-pikiran duniawi serta memalingkan diri secara keseluruhan dari segala sesuatu selain Allah SWT. Puasa seperti ini dianggap batal dengan tertujunya pikiran kepada selain Allah SWT dan Hari Akhir. Atau dengan memikirkan tentang dunia, kecuali sesuatu dari dunia ini yang di maksudkan dengan agama. Yang demikian itu termasuk bekal akhirat dan tidak termasuk bekal dunia.

Mengenai hal tersebut, beberapa dari *arbab al-qulub* (yakni orang-orang yang telah tercerahkan hati nuraninya) berkata: "Barang siapa tergerak himmah (tekad)-nya untuk mengerjakan sesuatu di siang hari guna mendapatkan sesuatu yang di makan pada saat berbuka, maka perbuatannya itu akan dicatat dosa akan dirinya. Sebab yang demikian itu bersumber dari kurang kepercayaan akan karunia Allah SWT serta sedikitnya keyakinan akan rizki-Nya yang dijanjikan".

Inilah peringkat para Nabi, Shiddiqin (orang-orang yang sangat tulus) dan muqarrabin (orang-orang yang di dekatkan kehadiratnya). Tidak perlu berlama-lama membicarakan perinciannya, tapi yang lebih penting ialah mentahkikkan pengamalannya. Yakni menghadapkan diri sepenuhnya kepada Allah SWT serta memalingkan diri dari apa saja selain-Nya. Itulah manifestasi firman Allah :

…Katakanlah : "Allah", kemudian biarkan mereka bermain-main dalam kesesatannya.(QS 6:91).

Adapun yang di maksud dengan "puasa khusus" (yakni yang berada di bawah tingkatan " "puasa yang terkhusus di antara yang khusus) ialah puasanya orang-orang saleh. Hal ini dapat dicapai dengan menahan anggota-anggota tubuh dari perbuatan-perbuatan yang mendatangkan dosa. Dan untuk kesempurnaannya perlu di penuhi enam hal:

Pertama, dengan "menundukkan" pandangan mata serta membatasinya sedemikian rupa sehingga tidak tertuju kepada segala yang tercela atau yang dapat

Betapapun juga, tidak sepatutnya makan pada kedua waktu itu (yakni pada waktu dini hari atau sore hari) kecuali setelah meneliti dan menyelidiki sungguh-sungguh, apakah belum masuk waktu berpuasa (di pagi hari) atau apakah telah masuk waktu berbuka (di sore hari)

Keempat : menahan diri dari melakukan *jima'* (senggama). Namun seandainya ia melakukannya dalam keadaan lupa bahwa ia sedang berpuasa, maka puasanya tidak batal karenanya. Demikian pula jika ia melakukannya pada malam hari atau ia *ihtilam* (bermimpi sehingga keluar mani) lalu masih tetap dalam keadaan *junub* (belum mandi dari hadas besar) sampai sesudah terbitnya fajar, maka puasanya tetap sah. Bahkan seandainya terbit fajar sementara ia dalam keadaan "bercampur" dengan isterinya, lalu ia menghentikannya saat itu juga, maka puasanya tetap sah. Akan tetapi jika ia tidak segera menghentikannya, maka puasanya batal dan wajib atasnya membayar *kafarat.*

Kelima: menahan dari *istimna'*, yaitu mengeluarkan mani dengan sengaja, dengan atau tanpa *jima'*. Melakukan hal itu membatalkan puasa.

Adapun mencium atau memeluk isteri tidak membatalkan puasa selama tidak mengeluarkan mani. Meskipun demikian, perbuatan seperti itu makruh hukumnya (yakni sebaiknya tidak dilakukan) kecuali jika ia seorang yang telah tua usianya atau seorang yang mampu menahan syahwatnya (sehingga tidak khawatir akan keluar mani). Bagaimanapun juga meninggalkan perbuatan seperti itu, lebih utama.

Dan apabila ia telah merasa khawatir akan akibat ciumannya itu, namun tetap juga ia mencium lalu tidak berhasil menahan keluarnya mani, maka puasanya batal, karena ia di anggap tidak menghormati dan mengindahkan puasanya.

Keenam : menahan diri dari muntah. Melakukannya dengan sengaja membatalkan puasa. Akan tetapi apabila ia muntah tanpa kemauannya sendiri, dan karena tidak dapat menahannya, maka tidaklah batal puasanya.

Demikian pula menelan kembali dahaknya yang belum melewati tenggorokan atau masih dalam batas dadanya, tidak membatalkan puasa. Hal itu termasuk keringanan bagi orang berpuasa mengingat sering terjadi yang demikian itu pada semua orang. Akan tetapi apabila ia menelan kembali dahaknya itu setelah berada di mulut, maka puasanya itu batal.

Hukum Orang Yang Berbuka Pada Siang Hari Ramadhan

Hukum-hukum yang berkaitan dengan berbuka di siang hari Ramadhan ialah empat: qadha', *kaffarat, fidyah* dan imsak pada sisa hari puasa. Masing-masing dapat di jelaskan sebagai berikut :

Qadha' (yakni mengganti puasa Ramadhan yang di tinggalkan dengan puasa di hari-hari lain). Hal ini berlaku atas setiap muslim *mukallaf* (dewasa dan berakal) yang meninggalkan puasa Ramadhan dengan atau tanpa *udzur* (alasan yang di benarkan dalam agama).

Berdasarkan itu, seorang wanita yang sedang haid harus meng-*qadha'* hari-hari

puasa yang di tinggalkannya ketika hari-hari haidnya. Demikian pula orang murtad harus mengqadha' puasanya (apabila ia telah kembali memeluk agama Islam).

Adapun orang kafir, anak-anak dan orang gila, tidak diwajibkan *qadha* atas mereka. Dalam melaksanakan *qadha'*, tidak di wajibkan melakukannya secara berturut-turut. Boleh saja ia melakukan secara terpisah atau berturut-turut.

Kaffarat. Tidak wajib *kaffarat* kecuali atas orang yang membatalkan puasanya dengan *jima'* (senggama). Adapun membatalkannya dengan *istimna'*, makan, minum dan sebagainya, selain *jima'*, maka tidak ada *kaffarat* atas semua ini (yang wajib hanya *qadha*' saja).

Yang dimaksud dengan *kaffarat* ialah: memerdekakan seorang budak, atau jika hal itu tidak mungkin dilakukan, maka dilakukan dengan mengerjakan puasa dua bulan berturut-turut (selain Ramadhan). Dan apabila yang demikian itu tidak mampu dilakukan, maka ia harus memberi makan enampuluh orang miskin, masing-masing satu *mud* (kira-kira 800 gram beras)

Imsak (meninggalkan makan, minum dan sebagainya) pada sisa hari yang ia membatalkan puasanya. Hal ini wajib atas orang yang membatalkan puasanya dengan sebab yang haram atau karena kelalaian yang disengaja. Sedangkan atas wanita yang berhenti haidnya pada siang hari puasa tidak wajib *imsak*. Juga tidak wajib atas orang musafir yang pulang dari kepergiannya (sebelum waktu maghrib).

Wajib pula imsak pada "*hari syak"(*yakni yang tadinya dikira tanggal 30 sya'ban) apabila ada orang adil yang telah menyaksikan terbitnya *hilal* Ramadhan pada malam sebelumnya. (Hal ini dapat terjadi apabila berita tentang hal itu datangnya terlambat, sesudah fajar menyingsing).

Tetap berpuasa pada waktu bepergian jauh, lebih afdal daripada tidak berpuasa, kecuali bagi musafir yang merasa sangat berat melakukannya. Dan apabila pagi harinya ia telah berpuasa lalu ia memulai kepergiannya setelah itu, maka hendaknya ia tidak menghentikan puasanya. Demikian pula apabila ia pulang dari kepergiannya dalam keadaan berpuasa.

Fidyah (tebusan). Wajib atas wanita hamil atau yang sedang menyusui, apabila ia meninggalkan puasa karena takut akan terganggu kesehatan bayinya. Adapun jumlah *fidyah* ialah satu *mud* diberikan kepada seorang miskin, untuk setiap hari puasa yang di tinggalkannya. Selain fidyah, ia harus meng-*qadha'* puasanya itu.

Demikian pula seorang yang telah lanjut usia sedemikian sehingga puasa terasa sangat memberatkan baginya, ia di bolehkan tidak berpuasa, dan sebagai penggantinya hendaknya ia membayar *fidyah* sebanyak satu *mud* seharinya.

Sunnah-Sunnah Berkaitan dengan Puasa

Ada enam hal yang disunahkan bagi yang berpuasa: mengundurkan makan sahur, meyegerakan berbuka dengan makan kurma atau minum air sebelum shalat maghrib, tidak bersiwak (bersikat gigi) setelah waktu tengah hari, banyak bersedekah, mendaras Al-Quran, dan beri'tikaf di masjid terutama sepuluh malam terakhir bulan

Ramadhan. Sedemikian itu kebiasaan Rasulullah Saw. Telah di riwayatkan : "*Telah menjadi kebiasaan Rasulullah Saw. Apabila bulan Ramadhan tiba, beliau melipat alas tidurnya (yakni mengurangi tidurnya), mengetatkan sarungnya (yakni bersungguh-sungguh dalam beribadat) serta mengajak keluarganya berbuat seperti itu pula*". (H.R. Al Bukhari dan Muslim dari 'Aisyah dengan lafal: "…beliau menghidupkan malam bulan Ramadhan, membangunkan keluarganya, dan mengetatkan sarungnya)

Hal ini mengingat adanya malam *lailatul-qadar* yang besar kemungkinannya berlangsung pada malam-malam ganjil di bulan Ramadhan. Diantara malam-malam ganjil ini, lebih besar kemungkinannya pada malam keduapuluh satu, duapuluh tiga, dua puluh lima dan duapuluh tujuh.

Ber-i'tikaf pada malam-malam ini (yakni sepuluh malam terakhir) secara berturut-turut sangat dipujikan. Dan sekiranya ia bernadzar ber-I'tikaf secara berturut-turut (atau meniatkannya) lau ia keluar dari tempat i'tikaf-nya untuk hal-hal yang tidak termasuk darurat, maka terputuslah i'tikafnya itu karena tidak memenuhi persyaratan "berturut-turut", yaitu sebagai contoh, jika ia keluar untuk mengunjungi orang sakit, atau menjadi saksi dalam suatu perkara, atau menghandiri jenazah, atau mendatangi kawan, atau membarui wudhu dan sebagainya. Tetapi jika ia keluar untuk kada-hajat (yakni buang air besar atau kecil) maka itikafnya itu tidak di anggap terputus. Pada waktu itu ia boleh pula wudhu di rumahnya sendiri. Namun seyogyanya ia tidak menyibukkan diri dengan suatu pekerjaan lainnya. Telah diriwayatkan bahwa Rasulullah Saw (pada hari-hari i'tikaf-nya) tidak keluar kecuali untuk kada-hajatnya dan tidak menanyakan tentang keadaan orang yang sedang sakit kecuali sambil lalu. (H.R.Bukhari dan Muslim pada bagian awalnya dan Abu Daud pada bagian akhirnya)

Kesinambungan i'tikaf terputus dengan melakukan senggama tetapi tidak dengan mencium isteri.

Dibolehkan bagi orang yang sedang I'tikaf di masjid untuk memakai wangi-wangian, mengakadkan nikah (melakukan ijab kabul), makan, tidur, mencuci tangan dan sebagainya. Semua itu adakalanya di perlukan dan tidak memutuskan kesinambungan I'tikaf. Demikian pula tidak terputus apabila ia mengeluarkan sebagian tubuhnya dari ruangan masjid. Telah di riwayatkan bahwa "Rasulullah Saw adakalanya memasukkan kepalanya ke dalam kamar beliau (yang berseberangan dengan ruangan masjid) agar dapat disisiri oleh Aisah ra yang berada di kamar itu". (H.R. Bukhari Muslim dari 'Aisyah)

Dan apabila seorang yang ber-I'tikaf keluar untuk kada-hajat-nya, maka seyogianya ia membarui niat I'tikafnya pada saat kembali lagi. Kecuali sebelum itu ia sudah meniatkan I'tikaf selama sepuluh hari, misalnya. Kendatipun demikian yang lebih afdal baginya adalah membarui niatnya.